

日ノ岡だより

平成27年11月号

<発行元>



高齢サポート・日ノ岡

京都市日ノ岡地域包括支援センター
〒607-8493

京都市山科区日ノ岡朝田町50-7
Tel.595-5575 / Fax.582-6087

<http://ryokuiukai.com>

e-mail hinooka@ryoujukai.com

第2回キャラバンカフェやります

当センターで取り組んでいる事業の一つに「オレンジカフェ」があります。これは一つに認知症の方の悩みを「カフェ」という空間でゆっくりお茶を飲みながら、医師や福祉の専門職がお聴きして、今後について一緒に考えていく。もう一つには認知症でない方にもお越しただき、地域において認知症の理解を広げていくための拠点として平成25年度から続けている事業です。

平成26年度からは「香東園やましな」さんの中にある「TSUBAKI」という喫茶店に会場を移し毎月開催しています。

TSUBAKIさんはきれいで空間も広く、駐車場もたくさんあるので、車をお持ちの方には大変使い勝手のよい会場なのですが、如何せん公共交通機関からは遠く、歩いてこられる方

は一面で不便な会場でもあります。でも本当にこの事業が必要な方は、歩いてしか来られない方が殆どです。そこで、昨年度から「キャラバンカフェ」と銘打って年度の後半に隔月ペースで地域の集会所などをお借りしてこのカフェの出前に回っています。今年度は9月の北花山公会堂を皮切りに奇数月（11月、1月、3月）に以下の会場で開催する予定です。

このキャラバンでの開催では「認知症の理解を地域に広げる」ことを第一の目標に挙げているため、一般の方のご参加も大歓迎です。以下の予定でやっていますので、よろしければ冷やかにでもお越しください。おいしいコーヒーとお菓子を用意して待っています。

参加費は250円 申込は不要です！！

平成27年度 キャラバンカフェ

開催日と場所(時間はいずれの日も午後1時から4時まで お話は2時から30分程度予定です)

開催日	会場	お話のテーマ
平成27年11月21日	山科団地2棟集会所	初めての介護サービスの利用で気をつけたいこと
平成28年1月9日	陵ヶ岡小学校 ふれあいサロン	施設ってどんな種類があるの？高齢者向け住宅と有料老人ホームは何が違うの？
平成28年3月12日	当麻寺 集会所	成年後見制度の概要や、認知症の方の遺言について

やぐらの家

11月13日

オーブントースターでフラ板を焼いてアクセサリーを作ります。びっくりするくらいきれいで立派なのができますよ。お楽しみに

11月27日

恒例の映画上映会です。「サウンドオブミュージック」が見たいとのご希望を頂いており、初の洋画劇場です。

The SOUND of MUSIC
サウンド・オブ・ミュージック

北花山元気倶楽部

11月3日

祝日のため休み

11月10日

洛王セレモニーの山本さんによる話
「秋本番！紅葉狩りと川柳」

11月17日

みやこ薬局の薬剤師さんによる薬の話

11月24日

クリスマスツリーづくり



カレンダーの各行事の説明



1日(日)	
2日(月)	④洛和グループ ホーム山科鏡山
3日(火)	⑧北花山は祝日でお休みです
4日(水)	⑦かもと
5日(木)	①市田公園
6日(金)	②みどりの径
7日(土)	③六兵工池公園
8日(日)	
9日(月)	④洛和グループ ホーム山科鏡山
10日(火)	⑧北花山
11日(水)	
12日(木)	①市田公園 ⑤別所町
13日(金)	②みどりの径 ⑨やぐらの家
14日(土)	③六兵工池公園
15日(日)	
16日(月)	④洛和グループ ホーム山科鏡山
17日(火)	⑧北花山
18日(水)	⑦かもと
19日(木)	①市田公園
20日(金)	②みどりの径
21日(土)	③六兵工池公園 ⑥日ノ岡
22日(日)	21日はキャラバンカフェ in山科団地もやります
23日(月)	④洛和グループ ホーム山科鏡山
24日(火)	ノルディックウォーキング ⑧北花山
25日(水)	ノルディックウォーキング予備日
26日(木)	①市田公園 ⑤別所町
27日(金)	②みどりの径 ⑨やぐらの家
28日(土)	③六兵工池公園
29日(日)	
30日(月)	④洛和グループ ホーム山科鏡山

ノルディックウォーキングは24日の予定ですが、雨天の場合は翌25日に変更になります。集合時間はいずれも9時30分です。

公園体操

音楽に合わせて行う20分ほどの簡単な体操です。申し込みも不要ですので、どなたでもお気軽にどうぞ。雨天の場合は中止になります。「のぼり」が開催の目印です。

会場名	開催日時	費用	備考
①市田公園／柳田邸横私道	毎週木曜日 午前9時30分	無料	10月から元の市田公園に戻った公園体操ですが、11月からは時間が9時30分からと30分早まりますのでご注意ください
②みどりの径	毎週金曜日 午前9時30分	無料	
③六兵工池公園	毎週土曜日 午前9時30分	無料	
④グループホーム山科鏡山	毎週月曜日 午前9時30分	無料	

いきいき筋トレ教室

京都市の筋トレ指導者養成講座を終えられたボランティアさんの指導による室内で行う軽い運動です。時間は1時間～1時間30分ほど。寝たきり予防のため、一緒に汗を流しましょう。

名称	会場	開催日時	費用
⑤別所町元気倶楽部	別所町自治会 集会所	第2、4木曜日 午前10時	無料
⑥日ノ岡元気倶楽部	高齢サポート 日ノ岡	第3土曜日 午前10時	無料
⑦かもと元気倶楽部	こんこう会館	第1、3水曜日 午後2時	100円
⑧北花山元気倶楽部	北花山公会堂	毎週火曜日 午後2時	200円

茶話会

おいしいコーヒーなどのお飲み物を頂きながら、よもやま話に花を咲かせます。愚痴でも自慢でもドンと来い!!健康についてのお話や映画上映会などイベントも盛りだくさんです。場所は裏面の地図を見てください。

名称	開催日時	費用	備考
⑨やぐらの家	第2、第4金曜日 午後2時	100円	お話し相手のボランティアも募集中

公園体操以外の事業は雨天の場合も原則実施しますが、**台風の接近等による警報発令の場合などでお休みになることもあります。**その場合は当日の朝9時までに各会場の入り口に案内を掲示しますので、ご確認ください。電話での実施の照会は当日朝8時30分から対応しています。

その他、ご不明の点がありましたら当センターまでお気軽にお問い合わせ下さい。

高齢サポート・日ノ岡
京都市日ノ岡地域包括支援センター

Tel : (075) 595-5575
Fax : (075) 582-6087
E-mail : hinooka@ryokujukai.com



陵ヶ岡学区見守り事業説明会 開催しました



去る9月19日に陵ヶ岡学区自治連合会の会長、陵ヶ岡社会福祉協議会会長、民生児童委員協議会会長のお歴々の後援を受けて、町内会長さんを対象に「単身高齢者の見守り事業」の説明会を開催致しました。

当センターでは陵ヶ岡学区と鏡山学区の二つの元学区を担当しているのですが、なかでも陵ヶ岡学区は高齢化率が極めて高いのが特徴です。

今年は国勢調査の年なので、来年には確定した高齢化率が出ますが、恐らく40%前後の数字になることが予想されています。これは市内でも2番目に高齢化率の高い山科区内でも突出して高い高齢化率で、このままいくと10年後には50%を越えて、限界集落に突入しそうな勢いです。また、高齢者の単身世帯が多いこともこの地域の特徴です。

こうなると様々な問題が起こってくるのですが、やはり高齢者の孤立潜在化というのは避けられません。最悪の場合、孤立死という事態も起こりえます。この事態にどうやって立ち向かっていくか。やはり普段からご近所

で高齢者や障害者がどこに住んでいるのか把握しておく。そして異変があればすぐ気付くように日常から気にかけておく。このことが何より肝要だと考えます。そのことを力を入れて説明して参りました。

最終的にはいろいろ考えていることもあるのですが、まずはよいスタートが切れたんじゃないかなと思っています。

町内会長の皆様 遅い時間にご足労おかけしまして誠に申し訳ありませんでした。また円滑な進行にご協力いただき誠にありがとうございました。この事業の最終的なビジョンについてはいずれ日ノ岡だよりや法人のブログでも随時お知らせする予定でございます。



地域のみなさんとリレートーク!!!



またしても書く人がおらず、最近は何だか堀田の連載になってきました。タイトル変えよかな

近年テレビのローカルニュースなどではゴミ屋敷について取り上げられることが多くなりました。

最近ではマンションやアパートの一室がゴミで埋め尽くされている「ゴミ部屋」なるものも現れ、世間を騒がしています。

本市においても昨年に「京都市不良な生活環境を解消するための支援及び措置に関する条例」が出され、この問題に向けて取り組みが進められているところです。

私たちが仕事柄ゴミ屋敷にはよく遭遇します。潜在的には地域包括の担当圏域(中学校区)に20~30軒はあるんじゃないかと思っています。

今まで遭遇したゴミ屋敷で最もきつかったのはゴミが床から1mくらい堆積してトイレの戸も開けることができず、用を足すために駅のトイレを借りに行くというお家でした。当然冷蔵庫のドアも開けられず、周りのゴミを掻き分けて、ドアを開いたら中からミイラのような魚や、賞味期限が昭和のロースハムなどが出てきたり、さらにその家では猫を十数匹飼っておられたのですが、ゴミを退かせたらその下から子猫の死体が出てきたりして腰を抜かしそうになったのを覚えています。

なぜこのようなことが起こるのか。中にはゴミを宝物のように思い執着している人や、空き箱や古新聞など捨てるのがもったいないからとひたすら貯めている人もいますが、ほとんどの人は捨

てたいのだけれども、どんどん溜まっていくゴミにどうしたらいいかわからず、手をこまねいている内にこんなになっちゃったという人じゃないかと個人的には感じています。

そしてそういう人たちは「恥ずかしい」「他人に迷惑をかけられない」という思いを持っていることが多く、そのことが周りの介入を拒む要因となっています。

では周りはどうすればよいのか。このゴミ屋敷問題を大きく前進させるキーワードは「お節介」の復活ではないかと考えています。

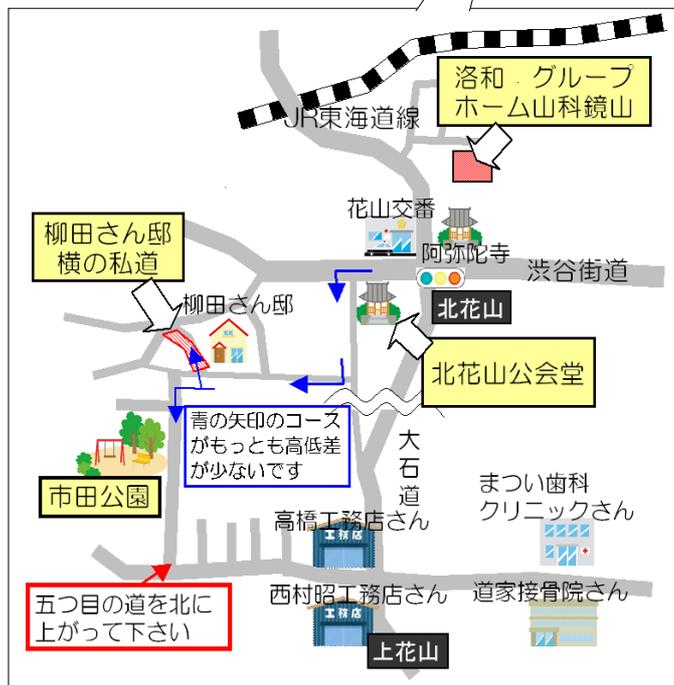
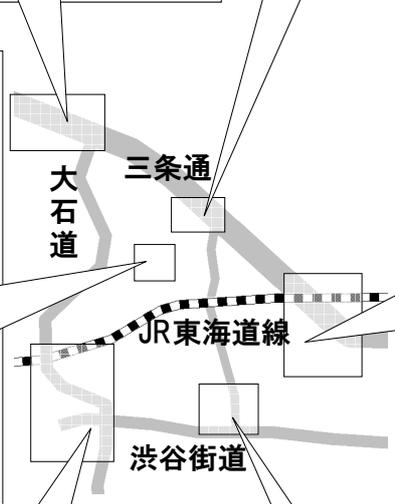
公道までゴミが溢れ出たり、悪臭が周囲に漂っているような状況になると近所の方が騒ぐのですが、そうなる前から早めに気付いて、お節介な位に声かけをしていく。昨今の自己責任論の蔓延もあり、自分に累が及ばない限りは「個人の問題やし、本人が嫌がってるのなら放っておこう」と考えてしまい勝ちですが、そこを飛び越えて自分の価値観をお構いなしに相手に押し付けるというお節介なおばちゃん像みたいなのが今こそ必要なんじゃないかと思っています。

相談援助職としてはあるまじき考え方ではあるのですが、市民感覚としては、これもありなんじゃないかと思っています。皆さんはいかがお考えでしょうか？



日ノ岡 地域支援事業 元気マップ

各会場のおおまかな地図です。
お越しになる際にご参照下さい。



最新情報はフェイスブックで絶賛更新中です。
「高齡サポート・日ノ岡」で検索してみてください。
パンダのマークが目印です。